

میوه و سبزیجات مورد تایید WIC میسوری



نموده استقلاده از چکهای میوه و سبزیجات

- اینها در فروشگاههای WIC از چکهای میوه و سبزیجات استفاده کنند.
- فقط میوه و سبزیجات لازه و منجد خریداری کنند.
- بیشتر از مبلغ چک خرید نکنند.
- بیشتر از مبلغ چک، پولی برای خرید میوه و سبزیجات نهدازند.
- باقی پول یا پول نقدی به عنوان مابه التفاوت چک دریافت نخواهند کرد.
- می توانید با بیشتر از یک چک خرید کنید. برای مثال برای خرید 16 دلاری، می توانید از یک چک 10 دلاری و یک چک 6 دلاری استفاده کنید.



میوه های لازه

میوه:

- هر نوع میوه لازه کامل یا نصف شده بدون شکر استفاده شد (هر نوع).
- میوه هایی که در آب میوه یا کاستاره بسته بندی شده باشد.

غیرمحل:

- میوه های لازه این که به آنها اتواع شکر یا کفرمل اضافه شد باشد
- غرفه های مخصوص میوه
- میوه های خشک یا روله های میوه
- میوه های قیمت فروش سالاد فروخته می شوند
- تجهیز (مثل: بادام زمینی) با مخلوط میوه و آجول
- خوارکی هایی که خرده با میوه پخت شده اند (ملا کارچه زغال لخته، یا میوه و گل)
- میوه های قریبی و آرایش
- بسته های میوه لک، نقره که در اعده فروشی سرو می شوند

خوراکهایی که خلوی "شکر اضافه شده" میباشد جزو لذت از غیره عادات، شیره خلات با فرنکفورت بالا، سفیدی چو، دکسکلروز، سلکترون، حمله، شیره الرا...



سیزیجات تازه

مجل:

- هر نوع سبزی کامل با خورد شده بدون شکر، چربی، یا روش اضافه شده
- کاهش برگه شده و سیزیجات سالاد
- سبب زیبایی هدایت و شیرین
- سور تازه و زنجبیل

غیرمجل:

- سبب زیبایی سلود، مرخ یا زرد
- ظرفها یا طبقهای مخصوص سبزی
- میوه‌های سیزیجات
- کاهش برگه شده و سیزیجات سالاد با مسماهی مالاد، پنیر، زان برآورده
- با سفر مواد خالص احتفظ شده
- بسته های سبزی لذت نقره که در اعذیه فروشی سرو می شوند
- سیزیجاتی که به آنها خامه یا سس زده اند و با به صورت مخلوط در نان طبخ گردید
- مخلوط سبزی-له (یاستا یا برنج)
- سیزیجاتی که در قسمت فروض سالاد فروخته می شوند
- سیزیجات آرایشی و تزیینی (برای مثال: گلاب قرمز که به دفع کشیده شده باشد، سیر که به لایح کلیده شده باشد، گلور کلوفن، کثراهای رنگی، و فرات (هدی))
- گیاهان و ادویه جاتی که مصرف انسان آنها سلامتی داشتند.



سیزیجات منجمد

مجل:

- هر مارکه نرغ یا هر سکه در هر تازه
- سبب (زمینی هدایت و شیرین
- لوبیا سبز رنگ زده، بالائی رنگ زده، لحود
- سبز رنگ زده و سلول لفاف از آن
- سیزیجات منجمدی که سیم کم یا مسوسی دارد
- هر نوع سبزی پاک شده مخلوط سبزی پاک شده
(بدون سبب زمانی سرخ یا استفاده)

غیرمجل:

- سبب زمینی سرخ، سفید و آرد
- سبب (زمینی مرخ شده درشت و خلأ شده، و سبب (زمینی در اشکال دیگر
- شکر، چربی، یا روش اضافه شده
- سس پلیر، هر نوع سس، یا کره
- ادویه زده شده، چاقشی زده شده، و انانهایی که آنها را با مخلوط کردن خوار می‌شوند
- سیزیجات هرراه با سس، پاستا، برنج یا هر نوع ماده خالص دیگر

میوه‌های منجمد

مجل:

- هر مارک، نرغ یا هر سکه در هر تازه
- هر نوع میوه پوست کند، مخلوط میوه پوست کند
- هر نوع میوه منجمد هرراه با آب مرو، شیرین کنند، مصلوصی، با آب.

غیرمجل:

- میوه منجمد هرراه با شکر احتفظ شده



کاربرانی که هر چیزی را از این میوه‌ها خواهند داشت هر دوی این میوه‌ها در این میوه‌ها
خدمات این سایر میوه‌ها دارند هر چیزی که این میوه‌ها فرآورده می‌گردند
#1228 Farsi (06-09)